

№ реп.	Приём пищи	Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции (выход), г	Пищевые вещества, (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		№ техн. карты	Стоимость (руб.)	Сумма
						Б	Ж	У	Y		В ₁	В ₂	С	Ca	Fe				
	ЗАВТРАК	Сырники			110	14,970	13,710	42,060	324,400	0,107	0,296	0,000	115,000	1,044	80	956,75	17,44		
		Творог	50	50		11,700	6,300	0,900	109,000		0,210		105,000	0,322		204,41	10,22		
		Манка	5	5		0,500	0,050	3,300	16,400	0,070	0,020		1,000	0,048		31,00	0,16		
		Мука	15	15		2,060	0,200	13,800	66,800	0,034	0,016		8,600	0,420		24,27	0,36		
		Сахар	10	10				10,000	37,900				0,200	0,030		46,89	0,47		
		Яйцо	0,5	0,5		0,670	0,600	0,040	8,300		0,030			0,220		6,00	3,00		
		Масло сливочное	4	4		0,010	1,560	0,020	14,000	0,003	0,020		0,200	0,004		511,68	2,05		
		Масло растительное	10	10			5,000		45,000							60,00	0,60		
		Кисель фруктовый (соус)	8	8	50	0,030		14,000	27,000						64	72,50	0,58		
		Чай с сахаром			200	0,000	0,000	15,000	56,800	0,040	0,100	0,000	14,600	0,630	16	236,89	0,89		
		Заварка	1	1										0,200	0,030	190,00	0,19		
		Сахар	15	15				15,000	56,800	0,040	0,100		14,400	0,600		46,89	0,70		
		Булка с маслом			37	3,240	5,800	19,710	144,800	0,064	0,024	0,000	9,200	0,800	44	599,74	7,10		
		Хлеб пшеничный	40	40		3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,024		9,200	0,800		88,06	3,52		
		Масло сливочное	7	7		0,040	5,400	0,070	49,600							511,68	3,58		
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Банан	100	100	100	0,900	0,050	11,500	53,500						89	73,50	7,35		
	ОБЕД															0,00			
		Суп сборниковый на курином бульоне			250	4,870	5,475	13,000	119,800	0,263	0,155	11,770	18,730	0,775	61	1 053,54	15,42		
		Куры	20	20		2,900	2,900	0,100	38,000	0,100	0,020		2,700	0,250		141,65	2,83		
		Морковь	20	20		0,070	0,005	0,470	1,900	0,040	0,040	0,260	2,840	0,040		27,89	0,56		
		Капуста	70	70		0,600	0,030	1,500	8,600	0,080	0,060	11,000	7,600	0,090		27,89	1,95		
		Картофель	100	100		1,200	0,240	10,400	48,000	0,040	0,020		3,700	0,340		26,03	2,60		
		Зеленый горошек	10	10												80,00	0,80		
		Лук	7	7		0,080		0,500	2,300	0,001		0,510	1,740	0,050		27,89	0,20		
		Масло сливочное	4	4		0,020	2,300	0,030	21,000	0,002	0,015		0,150	0,005		511,68	2,05		
		Лавровый лист	1	1		0,076	0,084	0,487	3,130		0,004	0,465	8,340	0,430		200,00	0,20		
		Сметана	8	8		0,140	1,000	0,200	10,300							176,25	1,41		
		Огурцы соленые	25	25		8,100	0,010	0,400	1,800			1,000	2,900	0,070		109,40	2,74		
		Соль	8	8									29,440	0,232		10,51	0,08		
		Печень по-строгановски			80	10,440	10,295	3,840	155,260	0,210	1,179	19,460	11,640	3,948	112	1 067,98	16,90		

06.04.2021

	Печень	70	70		9,680	1,960		56,790	0,158	1,117	18,600	4,660	3,720	180,00	12,60
	Дук	7	7		0,080			2,300	0,005		0,600	2,000	0,040	27,89	0,20
	Морковь	10	10		0,070	0,005	0,470	1,900	0,040	0,040	0,260	2,840	0,040	176,25	0,88
	Сметана	5	5		0,140	1,000	0,200	10,300				1,290	0,063	24,27	0,12
	Мука пшеничная	5	5		0,310	0,030	2,070	10,000	0,005	0,002				60,00	0,60
	Масло растительное	10	10			5,000		50,000						511,68	2,05
	Масло сливочное	4	4		0,020	2,300	0,030	21,000	0,002	0,015		0,150	0,005		
	Томат	3	3		0,140		0,570	2,970		0,005		0,700	0,080	60,00	0,18
	Рис отпарной с маслом				120	2,440	4,350	25,050	0,032	0,017	0,000	3,100	0,308	554,68	4,28
	Рис	40	40		2,400	0,350	25,000	115,000	0,028	0,014		2,800	0,300	43,00	1,72
	Масло сливочное	5	5		0,040	4,000	0,050	35,500	0,004	0,003		0,300	0,008	511,68	2,56
	Компот из черносмородины				200	0,000	15,000	56,800	0,000	0,000	0,000	0,030	0,004	226,89	2,50
	Чернослив	10	10											180,00	1,80
	Сахар	15	15				15,000	56,800				0,030	0,004	46,89	0,70
	Хлеб ржаной	40	40		2,640	0,480	13,600	72,400	0,070	0,030		14,000	1,500	47,52	1,90
	Молоко кипяченое	150	150											46,70	7,01
	Хлеб пшеничный	40	40		3,200	0,400	19,640	95,200	0,064	0,024		9,200	0,800	88,06	3,52
	ИТОГО:				39,500	40,160	158,760	1 134,260	0,786	1,801	31,230	186,300	9,009	4 952,25	84,31

№ рецеп.	Приём пищи	Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции (выход), г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		№ тех. карты	Стоимость (руб.)	Сумма
						Б	Ж	У		B ₁	B ₂	С	Са	Fe			
	УЖИН	Омлет	1	1	80	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	38	76,97	9,16
		Яйцо	65	65												6,00	6,00
		Молоко	5	5												46,70	3,04
		Мука пшеничная	20	20	20										41	24,27	0,12
		Хлеб ржаной				20									5	47,52	0,95
		Чай с молоком			200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		283,59	7,90
		Заварка	1	1												190,00	0,19
		Сахар	15	15												46,89	0,70
		Молоко	150	150												46,70	7,01
		ИТОГО:				0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		408,08	18,01